



# SPEISEPLAN

## FAB Vollkost

*Montag*  
14.10.2024

*Dienstag*  
15.10.2024

*Mittwoch*  
16.10.2024

*Donnerstag*  
17.10.2024

*Freitag*  
18.10.2024

Geflügelfrikadelle mit  
Schwarzwurzel-  
Gemüse,  
Risoleekartoffeln,  
frisches Obst

Nudelsuppe mit  
Gemüse, Brötchen,  
lauwarmer Grießbrei  
mit Kirschen

Haschee vom Rind,  
**BIO**-Pasta, Blattsalat  
mit Schmand-  
Dressing, frisches  
Obst

Geflügel-Gyros mit  
Tzatziki, **BIO**-Reis,  
Kuchenstück

Kartoffeltaschen mit  
Frischkäsefüllung,  
Schnittlauchdip,  
Rote-Beete-Salat,  
frisches Obst

## FAB Vegetarisch

*Montag*  
14.10.2024

*Dienstag*  
15.10.2024

*Mittwoch*  
16.10.2024

*Donnerstag*  
17.10.2024

*Freitag*  
18.10.2024

Quinoa-Erbсен-  
Frikadelle mit  
Schwarzwurzel-  
Gemüse,  
Risoleekartoffeln,  
frisches Obst

Nudelsuppe mit  
Gemüse, Brötchen,  
lauwarmer Grießbrei  
mit Kirschen

**BIO**-Pasta mit  
Kürbis-Käsesoße,  
Blattsalat mit  
Schmand-Dressing,  
frisches Obst

Mediterranes Tofu-  
Gemüse-Gyros mit  
Tzatziki, **BIO**-Reis,  
Kuchenstück

Gebackener Käse,  
Schnittlauchdip,  
Rote-Beete-Salat,  
frisches Obst

Dessert und Kaltspeisen sind nur für den sofortigen Verzehr geeignet.

Änderungen vorbehalten. Verwendete Zutaten:

Bio Nudeln

Bio Reis

